

Казенное общеобразовательное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
«Солнечная школа-интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья»




РАССМОТРЕНА
Заседание МС
Протокол № 1
от «30» августа 2022г.

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора по УР

Е.В. Литвинова
от «30» августа 2022г



УТВЕРЖДЕНО
Директор

Е.Г. Модестова
Приказ № 535 от «31» августа 2022г.

**Рабочая программа
по учебному предмету «Физическая культура»
для обучающихся 3а класса**

2021-2023 учебный год

*Составитель
Потылицина Е.В., учитель первой категории*

Сургутский район
с.п. Солнечный

Рабочая учебная программа по учебному предмету «Физическая культура» составлена для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 3А класса, 1 вариант обучения.

Срок реализации программы 2022-2023 год. Учебная недельная нагрузка - 3 часа.

Период обучения	Количество часов
1 четверть	25
2 четверть	23
3 четверть	31
4 четверть	23
За год	102 часа

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Предметные результаты.

Минимальный уровень.

Обучающиеся должны знать:

- основные правила поведения на уроках физической культуры;
- основные строевые команды; подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека, с помощью учителя;
- правила бережного обращения с инвентарем и оборудованием, требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях помощью учителя.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять комплексы утренней гимнастики под руководством учителя;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- ходить в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участвовать в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя.

Достаточный уровень.

Обучающиеся должны знать:

- способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
- правила и технику выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;

Обучающиеся должны уметь:

- практически осваивать элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельно выполнять комплексы утренней гимнастики;
- владеть комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участвовать в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- выполнять строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- совместно участвовать со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Личностные результаты.

Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;

Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представления об этических нормах и правилах поведения в современном обществе.

Базовые учебные действия.

Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик, ученик-класс, учитель-класс).

Обращаться за помощью и принимать помощь.

Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию.

Сотрудничать с взрослыми и сверстниками.

Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе; Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами.

Выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов. Делать простейшие обобщения, сравнивать на наглядном материале.

2. Содержание учебного предмета.

№ раздела (темы), подраздела.	Название и содержание раздела (темы).	Количество часов				
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	За год
1.	Знания о физической культуре. Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры. Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека.	1	1	1	1	4
2.	Гимнастика. <i>Теоретические сведения.</i> Одежда и обувь обучающихся. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. <i>Практический материал.</i> Построения и перестроения в круг, в две колонны. Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения). Упражнения с предметами. Висы, упоры. Кувырок вперед.	10	6	4	3	23
3.	Легкая атлетика. <i>Теоретические сведения.</i> Правила поведения на уроках легкой атлетики. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. <i>Практический материал.</i> Ходьба с различным положением рук и другие виды ходьбы. Бег. Медленный бег с сохранением правильной осанки. Специальные беговые упражнения и другие виды бега. Прыжки на одной ноге, на месте, с продвижением вперед, в стороны и другие виды прыжков. Метание. Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками и другие виды метания. Хронометрия деятельности обучающихся.	9	5	5	12	31
4.	Плавание <i>Теоретические сведения.</i> Элементарные сведения техники безопасности на уроках плавания. Подготовка к	-	5	7	-	12

	занятиям по плаванию. Требования к внешнему виду и гигиеническим принадлежностям на уроках плавания. <i>Практический материал.</i> Выполнение элементарных упражнений в воде. Упражнения на дыхания. Выполнение движений в воде руками и ногами, на спине и на животе.					
5.	Лыжная подготовка <i>Теоретические сведения.</i> Элементарные понятия о ходьбе и передвижении на лыжах. Одежда и обувь лыжника. Подготовка к занятиям на лыжах. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. <i>Практический материал.</i> Выполнение строевых команд. Передвижение на лыжах.	-	-	10	-	10
6.	Игры сведения о правилах игр и поведении во время игр. <i>Практический материал.</i> Подвижные игры; коррекционные игры; игры с элементами общеразвивающих упражнений; построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.	3	6	4	5	18
7.	Учет двигательной активности.	2	-	-	2	4
Итого:		25 часов	23 часа	31 час	23 часа	102 часа

3. Календарно-тематическое планирование уроков (102 часа).

№ урока		Дата		Тема урока	Тип урока	Количество часов	Виды учебной деятельности	Примечания
год	четверть	план	факт					
I четверть (25 часов)								
1.	1.	01.09.22		Знания о физической культуре. Сообщение теоретических сведений.	Урок изучения нового	1	Построение в шеренгу. Строевые приемы. Приветствие. Ведение диалога по наводящим вопросам, на темы: «Гигиенические требования к одежде и обуви», «Правила техники безопасности в спортивном, тренажерном зале». Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
2.	2.	05.09.22		Учет двигательной активности. Учет двигательной активности.	Урок контроля знаний	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов "Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Ходьба, бег по кругу. ОРУ без предметов. Сдача контрольных нормативов. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
3.	3.	07.09.22		Учет двигательной активности.	Урок контроля знаний	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов "Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Ходьба, бег по кругу. ОРУ без предметов. Сдача контрольных нормативов. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
4.	4.	08.09.22		Легкая атлетика. Специально беговые упражнения.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов "Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по образцу, инструкции). ОРУ без предметов. Ходьба в заданном направлении (прямо, диагональ). Бег (медленный). Выполнение двигательных действий при ходьбе и беге: с высокое поднятие бедра; поднятие прямых ног; захлестывание голени; боком приставными шагами; выпады; спиной вперед. Коррекционные упражнения, задания направленные на развития способности ориентироваться в пространстве. Взаимодействие со сверстниками в паре, команде.	
5.	5.	12.09.22		Бег в колонне.	Комбинир	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов	

				ованный		"Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по образцу, инструкции). ОРУ без предметов. Ходьба в заданном направлении (прямо, диагональ, змейка). Отработка навыка в беге колонной с соблюдением дистанции. Коррекционная игра для развития способности ориентироваться в пространстве. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.		
6.	6.	14.09.22		Ходьба и бег с изменением темпа.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов "Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по образцу, инструкции). ОРУ без предметов. Ходьба в заданном направлении (прямо, диагональ, змейка). Специально беговые упражнения. Отработка навыка с изменением темпа в ходьбе и беге (реагирование на сигнал). Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Взаимодействие со сверстниками в команде.	
7.	7.	15.09.22		Бег в медленном темпе.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов "Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по образцу, инструкции). ОРУ без предметов. Ходьба в заданном направлении (прямо, диагональ, змейка). Специально беговые упражнения. Отработка навыка бега на средние дистанции (медленный темп). Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Взаимодействие со сверстниками в команде.	
8.	8.	19.09.22		Бег в среднем темпе.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов "Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по образцу, инструкции). ОРУ без предметов. Ходьба в заданном направлении (прямо, диагональ, змейка). Специально беговые упражнения. Отработка навыка бега на средние дистанции (средний темп). Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Взаимодействие со сверстниками в команде.	
9.	9.	21.09.22		Бег в быстром темпе.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов "Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие.	

							Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по образцу, инструкции). ОРУ без предметов. Ходьба в заданном направлении (прямо, диагональ, змейка). Специально беговые упражнения. Отработка навыка бега на короткие дистанции (быстрый темп). Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Взаимодействие со сверстниками в команде.	
10.	10.	22.09.22		Игры. Подвижные игры с бегом.	Комбинированный	2	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов "Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по образцу, инструкции). ОРУ без предметов. Ходьба в заданном направлении (прямо, диагональ, змейка). Специально беговые упражнения. Бег (с изменением темпа). Коррекционные упражнения и задания, направленные на активизацию психических процессов: восприятие, внимание, память. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
11.	11.	26.09.22	Закрепления полученных знаний					
12.	12.	28.09.22		Гимнастика. Строевые приемы.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Приветствие. Отработка навыка в выполнении строевых приемов: "Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!», «Отставить!», «Разойдись». Повороты на месте «На-право!», «На-лево!», «Кругом» (по инструкции, по образцу). Расчет на первый, второй. Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по инструкции). ОРУ без предметов. Бег (с изменением темпа). Коррекционные упражнения и задания, направленные на активизацию психических процессов: восприятие, внимание, память. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
13.	13.	29.09.22		Перестроение в круг.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «На-право!», «На-лево!», «Кругом» (по инструкции, по образцу). Расчет на первый, второй. Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по инструкции). ОРУ без предметов. Бег (с изменением темпа). Отработка навыка в умение перестраиваться из шеренги в круг, из колонны в круг. Коррекционная игра, направленная на развитие способности ориентироваться в пространстве. Взаимодействие со сверстниками в команде.	
14.	14.	03.10.22		Перестроение из	Комбинированный	2	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!",	

15.	15.	05.10.22		колонны по одному в колонну по два.	ованный		"Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!», «Кругом» (по инструкции, по образцу). Расчет на первый, второй. Перестроение из шеренги в колонну. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу (по инструкции). ОРУ в парах. Бег (с изменением темпа). Отрабатывание навыка в перестроении из колонны по одному в колонну по два. Коррекционная игра, направленная на развитие способности ориентироваться в пространстве. Взаимодействие со сверстниками в паре, команде.	
16.	16.	06.10.22		Размыкание, смыкание приставным шагом.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!», «Кругом». Расчет на первый, второй. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Перестроение из шеренги в колонну по одному, по два. ОРУ в парах. Бег (с изменением темпа). Отрабатывание навыка в размыкание и смыкание приставными шагами в шеренги. Коррекционная игра, направленная на развитие способности ориентироваться в пространстве. Взаимодействие со сверстниками в паре, команде.	
17.	17.	10.10.22		Прием и передача спортивного инвентаря.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Расчет на первый, второй. Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ в паре. Отрабатывания навыка в приеме и передачи спортивного инвентаря (разная форма) в шеренги, колонне, круге. Коррекционная игра на развитие тактильно-кинетических способностей. Взаимодействие со сверстниками в группе, команде.	
18.	18.	12.10.22		Игры. Игры-эстафеты.	Закрепления полученных знаний	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Расчет на первый, второй. Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ под музыкальное сопровождение. Коррекционные игры для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
19.	19.	13.10.22		Гимнастика. Упражнения в равновесии.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с гимнастической палкой. Выполнение заданий, упражнений: ходьба (по веревочки) прямо; змейкой с разным исходным положением рук и ног;	

							прыжки на батуте. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
20.	20.	17.10.22		Ходьба по гимнастической скамейки.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ с гимнастической палкой. Выполнение заданий, упражнений: ходьба по гимнастической скамейки, со сменой исходного положения рук и ног; ходьба приставным шагом (правым, левым боком); прыжки на батуте. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия. Моделирование ситуации.	
21.	21.	19.10.22		Ползание по гимнастической скамейки.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ с гимнастической палкой. Выполнение заданий, упражнений: ползание по гимнастические скамейки на четвереньках, на животе, подтягиваясь двумя руками (поочередно правой и левой рукой); прыжки на батуте. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
22.	22.	20.10.22		Ползание по наклонные скамейки.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ с гимнастической палкой. Выполнение заданий, упражнений: ползание по наклонные скамейки на четвереньках, на животе, подтягиваясь двумя руками (поочередно правой и левой рукой); прыжки на батуте. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
23.	23.	24.10.22		Легкая атлетика. Прокатывание мяча.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному.	

							Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ с мячом. Отработка навыка в прокатывании мяча (прямо, диагональ, змейка) с увеличением расстояния. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
24.	24.	26.10.22		Броски мяча из-за головы.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «Налево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ в паре. Отработка навыка в бросках мяча из-за головы: в стену (ловля мяча); друг, другу (работа в паре). Коррекционная игра на развитие точности движений. Воспитание уважительного отношения друг к другу. Моделирование ситуации.	
25.	25.	27.10.22		Броски мяча от груди.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «Налево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ в паре. Отработка навыка в бросках мяча от груди: в стену (ловля мяча); друг, другу (работа в паре). Коррекционная игра на развитие точности движений. Воспитание уважительного отношения друг к другу. Моделирование ситуации.	
II четверть (23 часа)								
26.	1.	07.11.22		Знания о физической культуре. Закаливание.	Урок изучения нового	1	Просматривание видеофрагмента «Закаливание» (РЭШ). Рассказ с ведением диалога: влияние закаливания на организм человека. Выполнение заданий по теме: закаливание (РЭШ). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия. Индивидуальный подход.	
27.	2.	09.11.22		Легкая атлетика. Броски мяча снизу.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «Налево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ в паре. Отработка навыка в бросках мяча с низу: в стену (ловля мяча); друг, другу (работа в паре).	

						Коррекционная игра на развитие точности движений. Воспитание уважительного отношения друг к другу. Моделирование ситуации.
28.	3.	10.11.22		Игры. Элементы пионербола.	Комбинированный	2
29.	4.	14.11.22		Перебрасывание мяча.	Закрепления полученных знаний	
30.	5.	16.11.22		Гимнастика. Упражнения на гимнастические стенки.	Комбинированный	1
31.	6.	17.11.22		Лазание на гимнастическую стенку.	Комбинированный	1
32.	7.	21.11.22		Корректирующие упражнения на гимнастическом коврике (развитие гибкости).	Комбинированный	1

							заданий и упражнений на развитие гибкости всего мышечного корсета с применением гимнастического коврика (сопряжённого воздействия, по образцу). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
33.	8.	23.11.22		Игры. Игры на перевоплощение.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Коррекционные игры, направленные на активизацию речевой деятельности. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
34.	9.	24.11.22		Плавание. Подготовительные упражнения на воде.	Урок изучения нового	1	Приветствие. Проговаривание инструкций о правилах поведения в бассейне. Отработка гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение, одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. Выполнение упражнений по освоению с водой совместно с учителем: обливание себя водой; умывание; приседание; перемещение по чаше бассейна держась за поручни. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
35.	10.	28.11.22		Легкая атлетика. Отбивание мяча правой рукой от пола.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с мячом. Отработка навыка в отбивание мяча правой рукой от пола: удары мяча об пол правой рукой (с продвижением вперед, змейкой). Коррекционная игра для развития точности движений. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
36.	11.	30.11.22		Отбивание мяча левой рукой от пола.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с мячом. Отработка навыка в отбивание мяча левой рукой от пола: удары мяча об пол левой рукой (с продвижением вперед, змейкой). Коррекционная игра для развития точности движений. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
37.	12.	01.12.22		Плавание. Передвижение по чаше бассейна.	Комбинированный	1	Приветствие. Отработка навыка безопасного поведения в бассейне. Отработка гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение.	

							Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. Выполнение двигательных действий на воде: ходьба в прямом направлении; ходьба приставным шагом по кругу; ходьба с увеличением скорости; прыжками на месте; прыжки с продвижением вперед (по образцу). Коррекционная игра для развития способности ориентироваться в пространстве. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
38.	13.	05.12.22		Легкая атлетика. Ведение мяча.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). Перестроение в две колонны. ОРУ с мячом. Отработка навыка в ведение мяча: удары мяча об пол правой, левой рукой (на месте); ведения мяча прямо, змейкой. Коррекционная игра для развития точности движений. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
39.	14.	07.12.22		Броски мяча в цель.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). Перестроение в две колонны. ОРУ с мячом. Отработка навыка в бросках мяча в цель (попадание в кольцо). Коррекционная игра для развития точности движений. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
40.	15.	08.12.22		Плавание. Упражнения на дыхание.	Комбинированный	1	Приветствие. Отрабатывание навыка безопасного поведения в бассейне. Отрабатывание гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение. Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. ОРУ без предметов. Выполнение упражнений на дыхание: дуть на воду (как на горячий чай); пускание пузырей; долгие выдохи под водой; задержка дыхания под водой на время; попеременные вдохи, выдохи при гребковых упражнениях. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
41.	16.	12.12.22		Игры. Элементы баскетбола.	Комбинированный	2	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!",	

42.	17.	14.12.22			Закреплен ия полученн ых знаний		"Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «На-право!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). Перестроение в две колонны. ОРУ с музыкальным сопровождением. Отработка навыка в отбивании мяча правой, левой рукой с попаданием в цель по средствам игры баскетбол (правила). Воспитание уважительного отношения друг к другу. Хронометрия.	
43.	18.	15.12.22		Плавание. Подныривание под воду.	Комбинир ованный	1	Приветствие. Отработка навыка безопасного поведения в бассейне. Отработка гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение. Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. ОРУ без предметов. Отработка навыка в подныривание под воду: приседание по шею, с задержкой дыхания; подныривание под воду с задержкой дыхания (увеличение времени); лежание на воде опустивши голову (увеличение времени). Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
44.	19.	19.12.22		Гимнастика. Стойка на лопатках.	Урок изучения нового	2	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «На-право!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). Перестроение в две колонны. ОРУ на гимнастическом коврике. Подводящие упражнения (группировка, перекаты - имитирование). Отработка навыка в стойке на лопатках в полной координации движений. Коррекционная игра на активизацию психических процессов: восприятие, внимание, память. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
45.	20.	21.12.22			Комбинир ованный			
46.	21.	22.12.22		Плавание. Удержание на воде с опорой.	Комбинир ованный	1	Приветствие. Отработка навыка безопасного поведения в бассейне. Отработка гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение. Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. Выполнение упражнений и двигательных действий на воде: освоение с водой (обливание себя водой, умывание, приседание, перемещение по чаше бассейна держась за поручни; ОРУ без предметов; лежание на воде с упором рук о бортик; лежание на груди; лежание на воде и вставание на ноги. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
47.	22.	26.12.22		Гимнастика. Упражнения на		1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «На-	

				развитие координации движений.			право!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Выполнение специально подобранных упражнений на согласование активности мышц крупной моторики с применением батута. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
48.	23.	28.12.22		Игры. Игры с элементами упражнений.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Игры с элементами упражнений направленные на восприятие, внимание, память. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
III четверть (31 час)								
49.	1.	09.01.23		Знания о физической культуре. Возникновение первых соревнований.	Урок изучения нового	1	Просматривание видеофрагмента «Возникновение первых соревнований» (РЭШ). Рассказ с ведением диалога «Возникновение первых соревнований». Выполнение заданий по теме (РЭШ). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
50.	2.	11.01.23		Гимнастика. Корректирующие упражнения на гимнастическом коврике (развитие гибкости).	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Выполнение специально подобранных заданий и упражнений на развитие гибкости мышечного корсета с применением гимнастического коврика (сопряжённого воздействия, по образцу). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
51.	3.	12.01.23		Перекат, группировка (кувырок вперед).	Урок изучения нового	1	Построение в шеренгу (приветствие). Выполнение действий по инструкции (по образцу) учителя: перестроение из шеренги в колонну; ходьба по кругу со сменой исходного положения рук и ног; ходьба (медленная, быстрая) по кругу; бег (медленный, средний, быстрый); перестроение в две колонны; ОРУ на гимнастическом коврике; подводящие упражнения – перекаты в группировки. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятие, внимание,	

						память. Воспитание уважительного отношения друг к другу.
52.	4.	16.01.23	Кувырок вперед.	Комбинированный	2	Построение в шеренгу (приветствие). Выполнение действий по инструкции (по образцу) учителя: перестроение из шеренги в колонну; ходьба по кругу со сменой исходного положения рук и ног; ходьба (медленная, быстрая) по кругу; бег (медленный, средний, быстрый); перестроение в две колонны; ОРУ на гимнастическом коврике. Отрабатывание навыка в кувырке вперед (соблюдая технику выполнения - последовательность). Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Воспитание уважительного отношения друг к другу.
53.	5.	18.01.23		Закрепления полученных знаний		
54.	6.	19.01.23	Игры. Игры – эстафеты.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Упражнения и задания, направленные на восприятие, внимание, память. Воспитание командного духа, уважительного отношения друг к другу.
55.	7.	23.01.23	Плавание. Лежание на воде.	Комбинированный	1	Приветствие. Отрабатывание навыка безопасного поведения в бассейне. Отрабатывание гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение. Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. Выполнение упражнений и двигательных действий на воде: освоение с водой (обливание себя водой, умывание, приседание, перемещение по чаше бассейна; ОРУ без предметов; лежание на груди; лежание на груди с различными положениями рук; лежание на груди держась руками за бортик. Коррекционная игра для развития способности ориентироваться в пространстве. Воспитание уважительного отношения друг к другу.
56.	8.	25.01.23	Лыжная подготовка. Лыжное снаряжение.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Приветствие. Знакомство с лыжным инвентарём (демонстрация, тактильное восприятие). Ведение диалога по наводящим вопросам. Проговаривание с сопровождением демонстрации, правила «Транспортировка лыжного инвентаря», «Правила поведения при лыжной подготовке». Подбирание спортивного инвентаря (по размеру). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
57.	9.	26.01.23	Попеременное втыкание лыжных палок.	Комбинированный	1	Отрабатывание навыка самообслуживания в одевание верхней одежды. Подбирание палок, ботинок. Перенос лыжных палок. Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов:

							Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Приветствие. ОРУ без предметов, дыхательные упражнения. Отработка навыка в попеременном втыкание лыжных палок в снег. Воспитание уважительного отношения друг к другу.
58.	10.	30.01.23		Плавание. Отталкивание двумя ногами от дна бассейна.	Комбинированный	1	Приветствие. Отработка навыка безопасного поведения в бассейне. Отработка гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение. Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. Выполнение упражнений и двигательных действий на воде: освоение с водой (обливание себя водой, умывание, приседание, перемещение по чаше бассейна; ОРУ без предметов. Отработка навыка в отталкивание двумя ногами от дна бассейна (присед, толчок, скольжение по воде). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
59.	11.	01.02.23		Лыжная подготовка. Попеременное втыкание лыжных палок.	Комбинированный	1	Отработка навыка самообслуживания в одевание верхней одежды. Подбирание палок, ботинок. Перенос лыжных палок. Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Приветствие. ОРУ без предметов, дыхательные упражнения. Отработка навыка в попеременном втыкание лыжных палок в снег. Воспитание уважительного отношения друг к другу.
60.	12.	02.02.23		Скольжение на месте.	Комбинированный	1	Подбирание палок, ботинок. Перенос лыжного инвентаря. Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Приветствие. ОРУ без предметов, дыхательные упражнения. Отработка навыка в попеременных движениях ногами на месте с опорой на лыжные палки. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
61.	13.	06.02.23		Плавание. Отталкивание одной ногой от бортика.	Комбинированный	1	Приветствие. Отработка навыка безопасного поведения в бассейне. Отработка гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение. Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. Выполнение упражнений и двигательных действий на воде: освоение с водой (обливание себя водой, умывание, приседание, перемещение по чаше бассейна; ОРУ без предметов. Отработка навыка в отталкивание одной ногой от бортика (сгибание ноги в коленном суставе, толчок, скольжение по воде). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
62.	14.	08.02.23		Лыжная подготовка. Скольжение на месте.	Комбинированный	1	Подбирание палок, ботинок. Перенос лыжного инвентаря. Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов:

							Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Приветствие. ОРУ без предметов, дыхательные упражнения. Отработка навыка в попеременных движениях ногами на месте с опорой на лыжные палки. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
63.	15.	09.02.23		Передвижение на лыжах (ступающий шаг).	Комбинированный	1	Отработка навыка самообслуживания в одевание верхней одежды (последовательность). Подбор палок, ботинок. Перенос лыжного инвентаря. Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Приветствие. ОРУ без предметов, дыхательные упражнения. Отработка навыка в ходьбе с попеременными движениями рук и ног по прямой, ступающим шагом. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
64.	16.	13.02.23		Плавание. Гребковые движения руками.	Комбинированный	1	Приветствие. Отработка навыка безопасного поведения в бассейне. Отработка гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение. Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. Выполнение упражнений и двигательных действий на воде: освоение с водой (обливание себя водой, умывание, приседание, перемещение по чаше бассейна; ОРУ без предметов. Отработка навыка в гребковых движениях руками (толчок двумя ногами от дна бассейна, скольжений, гребковые движения руками с продвижением вперед). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
65.	17.	15.02.23		Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах (ступающий шаг).	Комбинированный	1	Отработка навыка самообслуживания в одевание верхней одежды (последовательность). Подбор палок, ботинок. Перенос лыжного инвентаря. Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Приветствие. ОРУ без предметов, дыхательные упражнения. Отработка навыка в ходьбе с попеременными движениями рук и ног по прямой, ступающим шагом. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
66.	18.	16.02.23		Скользкий шаг.	Комбинированный	1	Подбор палок, ботинок. Перенос лыжного инвентаря. Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Приветствие. ОРУ без предметов, дыхательные упражнения. Отработка навыка в передвижении на лыжах скользким шагом (поочередное отталкивание правой, левой ногой с выносом и постановкой палок). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
67.	19.	20.02.23		Плавание.	Комбинированный	1	Приветствие. Отработка навыка безопасного поведения в

				Попеременные движения ногами.	ованный		бассейне. Отработка гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение. Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. Выполнение упражнений и двигательных действий на воде: освоение с водой (обливание себя водой, умывание, приседание, перемещение по чаше бассейна; ОРУ без предметов. Отработка навыка попеременном движении ног (толчок двумя ногами от дна бассейна, скольжений, попеременные движения ногами с продвижений вперед). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
68.	20.	22.02.23		Лыжная подготовка. Скользкий шаг.	Комбинированный	2	Подбирание палок, ботинок. Перенос лыжного инвентаря. Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Приветствие. ОРУ без предметов, дыхательные упражнения. Отработка навыка в передвижении на лыжах скользящим шагом (поочередное отталкивание правой, левой ногой с выносом и постановкой палок). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
69.	21.	27.02.23						
70.	22.	01.03.23		Плавание. Согласование движений рук и ног.	Комбинированный	2	Приветствие. Отработка навыка безопасного поведения в бассейне. Отработка гигиенических навыков и самообслуживания (раздеться, принять душ с мылом и мочалкой, одеть купальник (плавки), тапочки). Построение. Одевание плавательного инвентаря (по востребованию), погружение в чашу бассейна. Выполнение упражнений и двигательных действий на воде: освоение с водой (обливание себя водой, умывание, приседание, перемещение по чаше бассейна; ОРУ без предметов. Отработка навыка в согласовании движений рук и ног (толчок двумя ногами от дна бассейна (одной ногой от бортика), скольжений, согласование гребковых движений рук, попеременных движений ног с продвижений вперед); проплывание отрезков. Коррекционная игра для активизации речевой деятельности. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
71.	23.	02.03.23						
72.	24.	06.03.23		Игры. Игры с элементами упражнений.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «Налево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Игры с элементами упражнений направленные на восприятие, внимание, память. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Воспитание уважительного отношения друг к другу. Индивидуальный подход.	

73.	25.	09.03.23		Легкая атлетика. Прием и передача предметов.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с мячом. Отработка навыка в приеме и передачи предметов (в шеренги, колена по кругу). Коррекционная игра для развития точности движений. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
74.	26.	13.03.23		Метание колец на шести.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с мячом. Отработка навыка в метании колец на разном расстоянии (набрасывание колец на кеглю). Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
75.	27.	15.03.23		Метание теннисного мяча с места.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с теннисным мячом. Обучение техническим элементам в захвате теннисного мяча. Отработка навыка в метании теннисного мяча в стену (захват мяча, движение руки, туловища). Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
76.	28.	16.03.23		Метание теннисного мяча на дальность.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с теннисным мячом. Отработка навыка в метании теннисного мяча в стену (захват мяча, движение руки, туловища). Коррекционная игра для развития мелкой моторики рук. Воспитание уважительного отношения друг к другу. Моделирование ситуации.	
77.	29.	20.03.23		Метание теннисного мяча в цель.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с теннисным мячом. Отработка навыка в метании теннисного мяча в цель (захват мяча, движение руки, туловища). Коррекционная игра	

							для развития мелкой моторики рук. Воспитание уважительного отношения друг к другу.
78.	30.	22.03.23		Игры. Подвижные игры с мячом.	Комбинированный	2	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ под музыкальное сопровождение. Упражнения и задания, направленные на восприятие, внимание, память. Воспитание командного духа, уважительного отношения друг к другу.
79.	31	23.03.23			Закрепления полученных знаний		
IV четверть (23 часа)							
80.	1.	03.04.23		Знания о физической культуре. Дыхательные упражнения.	Урок изучения нового	1	Просматривание видефрагмента «Как мы дышим». Рассказ с ведением диалога: «Дыхание человека». Изготовление атрибута для дыхания. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
81.	2.	05.04.23		Гимнастика. Корректирующие упражнения на гимнастическом коврике (развитие гибкости).	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Выполнение специально подобранных упражнений на развитие гибкости всего мышечного корсета с применением гимнастического коврика (сопряжённого воздействия, по образцу). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
82.	3.	06.04.23		Упражнения на развитие координации движений.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Выполнение специально подобранных упражнений на согласование активности мышц крупной моторики с применением батута. Воспитание уважительного отношения друг к другу.
83.	4.	10.04.23		Статические упражнения на развитие силы.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Выполнение специально подобранных

						упражнений на развитие силы (статика) всего мышечного корсета с применением спортивного инвентаря (сопряжённого воздействия, по образцу). Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия. Хронометрия.		
84.	5.	12.04.23		Игры. Игры с элементами упражнений.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ под музыкальное сопровождение. Игры с элементами заданий, упражнений направленные на восприятие, внимание, память. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
85.	6.	13.04.23		Легкая атлетика. Броски набивного мяча. Вперед.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с набивным мячом. Отработка навыка в броске набивного мяча в прямом направлении с увеличением расстояния. Игра, направленная на восприятие, внимание, память. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
86.	7.	17.04.23		Броски набивного мяча правой, левой рукой.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ с набивным мячом. Отработка навыка в броске набивного мяча в прямом направлении правой, левой рукой. Игра, направленная на восприятие, внимание, память. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
87.	8.	19.04.23		Игры. Подвижные игры с мячом.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ под музыкальное сопровождение. Упражнения и задания, направленные на восприятие, внимание, память. Воспитание командного духа, уважительного отношения друг к другу.	
88.	9.	20.04.23		Легкая атлетика.	Урок	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!",	

				Прыжки с высоты с мягким приземлением.	изучения нового		"Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ в паре. Отрабатывание навыка в прыжках с высоты: выпрыгивание вверх; ходьба по гимнастические скамейки с спрыгиванием на мат; запрыгивание и спрыгивание с гимнастической скамейки; прыжки на батуте. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Воспитание уважительного отношения друг к другу. Моделирование ситуации.	
89.	10.	24.04.23		Прыжки с продвижением вперед.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Ходьба с выполнением задания: приставным шагом (правым, левым боком); скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ в паре. Отрабатывание навыка в прыжках с продвижением вперед: прыжки на правой, левой ноге; прыжки на одной, двух ногах через препятствия; прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Моделирование ситуации.	
90.	11.	26.04.23		Прыжок в длину с места.	Комбинированный	2	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег с выполнением заданий: с высокого поднимания колен; захлестыванием голени; многоскоки; подскоки; спиной вперед; скрестным шагом. Ходьба, бег с изменением темпа с соблюдением дистанции. ОРУ в паре. Отрабатывание навыка в прыжках в длину с места: исходное положение, отталкивание, полет, приземление. Учет показателей. Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
91.	12.	27.04.23						
92.	13.	03.05.23		Игры. Подвижные игры с прыжками.	Закрепление полученных знаний	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ под музыкальное сопровождение. Игры с элементами заданий, упражнений направленные на восприятие, внимание, память.	

						Взаимодействие со сверстниками в паре, команде.		
93.	14.	04.05.23		Легкая атлетика. Ходьба с препятствиями.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйсь!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег с выполнением заданий: с высокого поднимания колен; захлестыванием голени; многоскоки; подскоки; спиной вперед; скрестным шагом. ходьба, бег с изменением темпа с соблюдением дистанции. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Отработка навыка ходьбы с препятствиями (спортивный инвентарь, модули). Коррекционная игра, направленная на развитие способности ориентироваться в пространстве. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия. Моделирование ситуации.	
94.	15.	10.05.23		Бег с препятствиями.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйсь!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег с выполнением заданий: с высокого поднимания колен; захлестыванием голени; многоскоки; подскоки; спиной вперед; скрестным шагом. ходьба, бег с изменением темпа с соблюдением дистанции. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Отработка навыка бега с препятствиями (спортивный инвентарь, модули). Коррекционная игра, направленная на развитие способности ориентироваться в пространстве. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия. Моделирование ситуации.	
95.	16.	11.05.23		Бег с высокого старта.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйсь!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег с выполнением заданий: с высокого поднимания колен; захлестыванием голени; многоскоки; подскоки; спиной вперед; скрестным шагом. ходьба, бег с изменением темпа с соблюдением дистанции. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Отработка навыка бега с высокого старта (команда, постановка рук, туловища, ног). Коррекционная игра, направленная на психомоторное развитие. Взаимодействие со сверстниками в команде.	
96.	17.	15.05.23		Бег в быстром темпе.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйсь!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу.	

							Бег с выполнением заданий: с высоким подниманием колен; захлестыванием голени; многоскоки; подскоки; спиной вперед; скрестным шагом. ходьба, бег с изменением темпа с соблюдением дистанции. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Отработка навыка бега в быстром темпе с высоко старта. Игры с элементами заданий, упражнений направленные на восприятие, внимание, память. Взаимодействие со сверстниками в паре.	
97.	18.	17.05.23		Челночный бег.	Урок изучения нового	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег с выполнением заданий: с высоким подниманием колен; захлестыванием голени; многоскоки; подскоки; спиной вперед; скрестным шагом. ходьба, бег с изменением темпа с соблюдением дистанции. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Показ, рассказ технических элементов в челночном беге. Отработка навыка челночного бега. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Взаимодействие со сверстниками в паре.	
98.	19.	18.05.23		Бег в среднем темпе.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег с выполнением заданий: с высоким подниманием колен; захлестыванием голени; многоскоки; подскоки; спиной вперед; скрестным шагом. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Отработка навыка бега в среднем темпе (чередование ходьбы и бега). Игры с элементами заданий, упражнений направленные на восприятие, внимание, память. Взаимодействие со сверстниками в команде.	
99.	20.	22.05.23		Игры. Подвижные игры с бегом.	Закрепление полученных знаний	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег с выполнением заданий: с высококого поднимания колен; захлестыванием голени; многоскоки; подскоки; спиной вперед; скрестным шагом. ходьба, бег с изменением темпа с соблюдением дистанции. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Коррекционные игры для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	
100.	21.	24.05.23		Учет двигательной	Урок	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов	

				активности. Учет двигательной активности.	контроля знаний		"Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Ходьба, бег по кругу. ОРУ без предметов. Сдача контрольных нормативов. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
101.	22.	25.05.23		Учет двигательной активности.	Урок контроля знаний	1	Построение (шеренга). Выполнение строевых приемов "Становись!", "Равняйся!", "Смирно! Приветствие. Ходьба, бег по кругу. ОРУ без предметов. Сдача контрольных нормативов. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.	
102.	23.	29.05.23		Игры. Игры на перевоплощение.	Комбинированный	1	Построение (шеренга). Строевые приемы: Становись!", "Равняйся!", "Смирно!, «Вольно!». Повороты на месте «Направо!», «На-лево!». Перестроение в колонну по одному. Ходьба со сменой исходных положений рук и ног по кругу. Бег (с изменением темпа). ОРУ без предметов. Коррекционные игры для активизации психических процессов: восприятие, внимание, память. Воспитание уважительного отношения друг к другу.	